



Jeanette und Werner Lips

128 Seiten

€ 8,90 [D]

ISBN 3-8317-1043-0

Reise Know-How Verlag,
Bielefeld

- ▶ Ausführliches Register
- ▶ Griffmarken
- ▶ Strapazierfähige Fadenheftung
- ▶ Hintergrundkurse
- ▶ Mehrsprachige Sprachhilfe
- ▶ Fachglossar

Natürliche Hilfsmittel



Schwangerschaft und Reisen

Die Schwangerschaftsphasen,
Die beste Reisezeit, Vorteile und
Risiken, Die passende Reise planen

Erwägenswerte Reisearten

Pauschalreise, Camping, Individual-
reise mit öffentlichen Verkehrsmitteln,
Sonderreisen, Schwangeren-
Marketing

Wahl des Verkehrsmittels

Bahnreisen, Flugreisen, PKW, Wohn-
mobil, Busreisen, Schiffsreisen und
Kreuzfahrten, Radtouren, Wandern

Reiseziele

Freizeit-Aktivitäten, Fernreisen,
Europaweite Reisen

Ernährung unterwegs

Mangelscheinungen, Lebensmittel-
hygiene, Gewürze und ätherische Öle

Reisevorbereitungen

Erledigungen vor dem Urlaub,
Versicherungsfragen, Gepäck,
Reisebegleiter, Mitreisende Kinder

Hilfen unterwegs

Schwangerschaftsbeschwerden und
Hilfsmittel für unterwegs,
Die Reiseapotheke



Der Praxis-Ratgeber für den sicheren und erholsamen Urlaub

Schwanger reisen

Praxis



Jaenette und
Werner Lips

*Vorteile und Risiken
Idealer Reisezeitpunkt
Reiseziele und -arten
Vergünstigungen
Verkehrsmittel*



*Versicherungen
Reisegepäck
Begleitung
Ernährung
Hilfe
unterwegs
Sprachhilfe
Notfalltipps*

Schwanger
reisen

